ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№10 (42) МАЙ 2008

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

паштеты и террины



ISSN 1819-9488









Дорогие друзья!

Паштеты и террины очень похожи друг на друга. Однако разница все-таки есть. Паштеты, как правило, однородны по консистенции, сколько бы ингредиентов в них ни входило. Террины же «складывают» из довольно крупных кусков различных продуктов и затем ставят под гнет.

Это очень удобные для хозяек блюда. Во-первых, сытные (одним паштетом можно накормить целую компанию), во-вторых, их готовят заранее и, в-третьих, они универсальны по применению. Их можно подать к праздничному столу, намазать на хлеб к завтраку, взять с собой на пикник. А насколько богат их ассортимент, вы узнаете из этого номера.



Мы надеемся, что вы не забыли про конкурс на лучший рецепт овощных и фруктовых блинчиков, четыре победителя которого получат в подарок роскошные блинницы Tefal «два в одном». Ждем ваших писем до 1 августа 2008 года. Желаем успехов.

Ваша редакция





содержание



условные обозначения

вегетарианское питание

легкие рецепты

блюда, которые подходят для детей

рецепты средней сложности

M≈

блюда, которые можно готовить в микроволновой печи

рецепты для опытных кулинаров

*

полезный совет



паштет из мясного ассорти

ЧТО НУЖНО:

Для теста:

- **250 г** муки
- **125 г** сливочного масла
- • щепотка соли

Для паштета:

- **250 г** свинины
- **1 кг** куриного филе
- **150 г** свиной грудинки
- **150 г** свиной печенки
- **6** яиц, сваренных вкрутую
- **250 мл** коньяка
- **1,5 ст. л.** сливочного масла
- **4** веточки петрушки
- **6** перьев зеленого лука
- • по щепотке корицы и мускатного ореха
- **1** желток
- • соль, перец

Время приготовления: 2 часа
Порций: 10
В 1 порции: 733,3 ккал,
белки – 31,4 г, жиры – 53,2 г, углеводы – 17,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Замесить тесто, смешав муку, сливочное масло и соль. Скатать в шар, накрыть и убрать в холодильник на 1–2 ч. Зелень и мясо вымыть, обсушить. Поместить в чашу блендера грудинку, печенку, петрушку и зеленый лук, измельчить в однородный фарш. Приправить солью, перцем, корицей, мускатным орехом и хорошо перемешать.

2 Яйца разрезать вдоль на 2 части. Свинину и куриное филе нарезать на маленькие кубики. Разогреть в сковороде 1 ст. л. сливочного масла и, помешивая, обжаривать свинину и курицу в течение 8–10 мин.

3 На присыпанной мукой поверхности раскатать 2/3 теста в тонкий пласт. Оставшееся тесто раскатать таким же тонким пластом и вырезать из него «крышку» размером с форму для запекания.



4 Форму смазать оставшимся сливочным маслом, застелить большим куском пергамента. Выложить в форму больший пласт теста так, чтобы края свисали. Слоями положить половину подготовленного фарша, половину обжаренных кусочков курицы и свинины. Затем положить яйца, оставшиеся кусочки мяса и фарш.

5 Накрыть начинку крышкой из теста. Влажными руками защипать края, лишнее тесто отрезать ножницами. Вырезать из остатков теста несколько полосок с волнистыми краями и украсить ими верх паштета. Можно сделать и другие украшения для верха, например, листики.

6 В центре сделать отверстие, вставить в него свернутую трубочкой фольгу и влить коньяк. Сверху смазать яичным желтком, закрыть свешивающимися краями пергамента и запекать в разогретой до 180 °С духовке 40 мин.

СПОНСОР РЕЦЕПТА

BRAUN



паштет из свинины и индейки



ЧТО НУЖНО:

- **450 г** мяса индейки
- **450 г** свинины
- **8** соленых виноградных листьев
- **1,5 ст. л.** растительного масла
- **30 г** бекона
- **50 г** фисташек
- • тертая цедра 1 апельсина
- **0,5 ч. л.** тертого мускатного ореха
- **2** зубчика чеснока
- **1 ч. л.** перца горошком
- **1 ч. л.** ягод можжевельника
- **120 мл** сухого белого вина
- **2 ст. л.** джина
- • соль

Время приготовления: 2 часа + 8 часов
Порций: 10
В 1 порции: 395 ккал,
белки – 22,5 г, жиры – 32,9 г, углеводы – 0,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мясо вымыть и измельчить в чаше-измельчителе блендера **Braun**. Бекон нарезать кубиками. Фисташки крупно порубить. Чеснок очистить и измельчить.

2 Перемешать фарш из свинины и индейки, бекон, фисташки, мускатный орех и чеснок. Приправить солью.

3 Апельсиновую цедру измельчить в блендере **Braun**, горошины перца растолочь, смешать с ягодами можжевельника и апельсиновой цедрой, добавить в смесь. Влить белое вино и джин. Перемешать, накрыть и убрать на ночь в холодильник.

4 Вымыть листья под холодной водой и обсушить. Смазать 1 ст. л. растительного масла чугунную форму для паштета объемом 1,2 л. Проложить дно и стенки формы пергаментом и листьями.

5 Разогреть духовку до 160 °С. Выложить фарш в форму и закрыть его оставшимися листьями. Сверху побрызгать растительным маслом.

6 Накрыть форму фольгой. Поставить в духовку на 1 ч. 30 мин. Дать немного остыть, слить выделившийся сок. Накрыть пищевой пленкой, затем фольгой и положить под гнет. Поместить на ночь в холодильник.

КСТАТИ

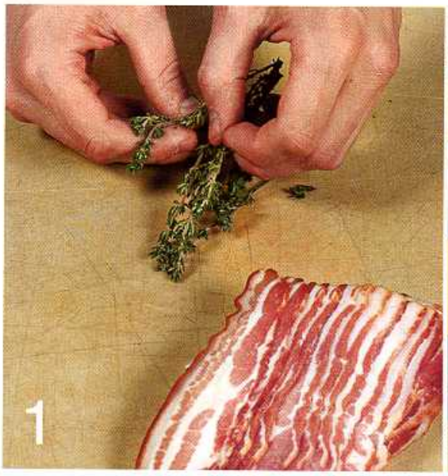
Измельчитель с крышкой – одна из главных частей блендера, с помощью которой можно быстро приготовить мясной или рыбный фарш. Он получается более сочный и пышный, чем в мясорубке, потому что «не пережевывается», а рубится на мелкие-мелкие кусочки. И мясо при этом не теряет сок.



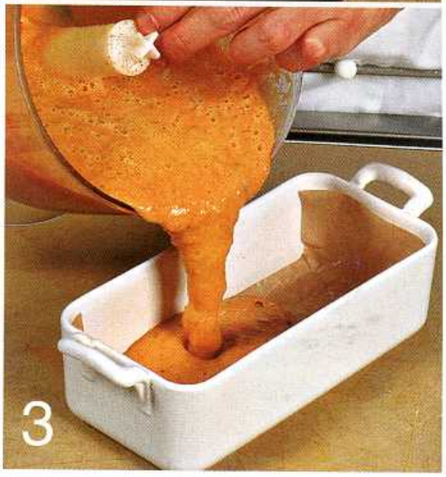
паштет из тыквы

ЧТО НУЖНО:

- **150 г** тонко нарезанного бекона
- **750 г** тыквы
- **3** яйца
- **1 ст. л.** меда
- **0,25 ч. л.** молотого мускатного ореха
- **1 ст. л.** оливкового масла
- **4** веточки тимьяна
- соль, перец









Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 10
В 1 порции: 150,7 ккал,
белки – 3,7 г, жиры – 12,6 г, углеводы – 5,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Тимьян вымыть и разобрать на листики. Бекон нарезать поперечными полосками шириной 2 см. Положить их на дно формы для запекания.

2 Разогреть духовку до 180 °С. Тыкву очистить и нарезать крупными кубиками, положить сверху на бекон. Полить оливковым маслом и посыпать тимьяном. Запекать в духовке 30 мин. Духовку не выключать.

3 Дать тыкве немного остыть, переложить в блендер и взбить в пюре. Продолжая взбивать, добавить яйца, мед, мускатный орех, соль и перец. Перелить смесь в прямоугольную форму и запекать 30 мин. Затем накрыть форму фольгой и готовить еще 15 мин.

паштет из куриной печенки

ЧТО НУЖНО:

500 г куриной печенки
1 зубчик чеснока
125 г сливочного масла
0,5 ч. л. сухого тимьяна
1 ст. л. бренди

Время приготовления: 1 час + 3 часа
Порций: 6
В 1 порции: 200,3 ккал,
белки – 12,8 г, жиры – 16,5 г, углеводы – 0,1 г

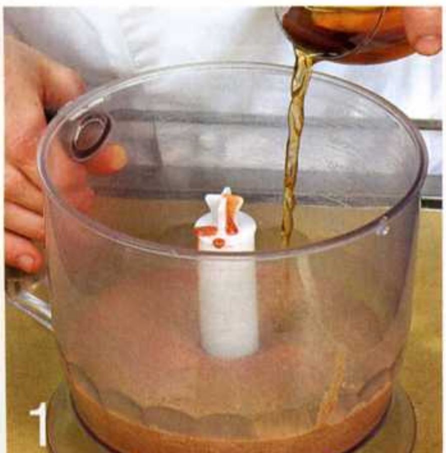
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Куриную печенку вымыть. Чеснок очистить и раздавить. Измельчить в кухонном комбайне до однородной массы печенку, чеснок и 30 г сливочного масла. Влить бренди. Приправить тимьяном, солью и перцем, тщательно перемешать.

2 Разогреть духовку до 150 °С. Форму для запекания смазать маслом, перелить в нее подготовленную смесь, накрыть фольгой. Поставить в поддон с горячей водой. Готовить в духовке 50 мин. Дать остыть.

3 Растопить оставшееся сливочное масло и полить им паштет. Охладить при комнатной температуре и убрать в холодильник на несколько часов до полного застывания.





1



2



3



СПОНСОР РЕЦЕПТА

Tupperware

террин из курицы с морковью





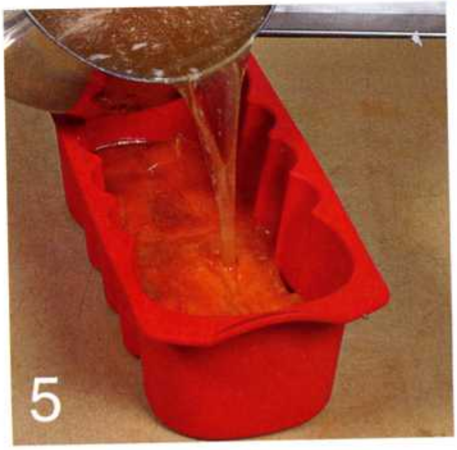




ЧТО НУЖНО:

1	курица
4	крупные морковки
1	луковица
4	зубчика чеснока
2 ст. л.	тертого корня имбиря
0,5 ч. л.	молотого черного перца
1 ч. л.	морской соли
400 мл	куриного бульона
1 ст. л.	порошка желатина
8	веточек тархуна

Время приготовления: 2 часа + 8 часов
Порций: 8
В 1 порции: 290 ккал,
белки – 20,0 г, жиры – 20,8 г, углеводы – 5,7 г



ЧТО ДЕЛАТЬ:

При приготовлении террина мы использовали изделия Tupperware®.

1 Морковь, лук и чеснок очистить. Тархун вымыть, обсушить и разобрать на листики. На **разделочной доске** лук нарезать кубиками ножом **«от Шефа»**.

2 Разогреть духовку до 180 °С. Курицу вымыть, вложить в брюшко имбирь, чеснок и лук.

3 Поместить курицу в **кастрюлю Ультраплюс (3 л)** грудкой вниз. Натереть солью и перцем. Положить цельную морковь и влить 250 мл бульона. Готовить в духовке 50 мин., затем перевернуть и запекать еще 30 мин. Вынуть из духовки, накрыть крышкой и дать остыть.
Перелить оставшийся бульон в **сотейник «от Шефа»**, добавить сок из кастрюли, довести до кипения. Снять с огня, дать немного остыть, затем добавить желатин. Размешать до полного растворения.

4 **Ножницами «Космос»** разделать курицу на большие куски, удалить кожу. Мясо снять с кости и нарезать небольшими кусочками. Морковь нарезать пластинами шириной 5 мм.

5 На дно **силиконовой формы «Королевская»** положить треть листиков тархуна, затем уложить треть куриного мяса, треть эстрагона и половину моркови. Влить немного бульона с желатином. Повторить все слои еще 2 раза. Влить оставшийся бульон. Поставить в холодильник на ночь.

Перед подачей на стол вынуть террин из формы и переложить на блюдо.

КСТАТИ

Изделия «Ультраплюс™» изготовлены из уникального материала, который выдерживает перепад температур от -25 °С до +230 °С, благодаря чему их можно использовать для приготовления пищи в духовом шкафу, микроволновой печи и в морозильной камере. Изделия «Ультраплюс™» отвечают всем требованиям здорового питания, так как в них можно готовить почти без жира и соли.



террин из творога с редисом

Время приготовления: 15 мин. + 5 часов
Порций: 10
В 1 порции: 219,1 ккал,
белки – 13,0 г, жиры – 17,0 г, углеводы – 3,5 г









ЧТО НУЖНО:

- **400 г** творога жирностью 18%
- **1,5 ч. л.** желатина
- **100 мл** сливок жирностью 22%
- **100 г** редиса
- **2 ст. л.** тертого корня хрена
- по 1 пучку петрушки, укропа, зеленого лука
- сок половины лимона
- соль, черный молотый перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Желатин засыпать в сотейник, залить 4 ст. л. холодной кипяченой воды. Оставить на 1 ч. Когда желатин набухнет, поставить на медленный огонь и нагревать до полного растворения желатина.

2 Редис и зелень вымыть, мелко нарезать. В миске соединить творог со сливками, добавить желатин, редис, хрен, зелень, лимонный сок, соль и перец. Тщательно перемешать.

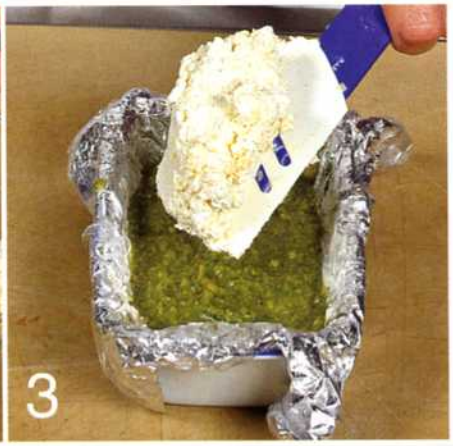
3 Форму застелить пищевой пленкой, наполнить творожной массой, накрыть, положить груз и убрать в холодильник на 4–5 ч.

При подаче террин выложить на блюдо, снять пленку и разрезать на порционные куски. Можно подать с картофелем, сваренным в мундире.

сырный паштет с соусом песто







ЧТО НУЖНО:

- **350 г** брынзы
- **200 г** творожного сыра
- **150 г** овечьего сыра
- **150 г** швейцарского сыра
- **100 г** сливочного масла
- **200 г** сметаны
- **3** зубчика чеснока

Для соуса песто:

- **1,5 ст. л.** тертого пармезана
- **1 ст. л.** кедровых орешков
- **1** зубчик чеснока
- **6** веточек базилика
- **4 ст. л.** оливкового масла
- соль, перец

Время приготовления: 20 мин. + 8 часов
Порций: 8
В 1 порции: 413 ккал,
белки – 19,1 г, жиры – 36,1 г, углеводы – 2,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 **Приготовить соус песто.** Размять в ступке пармезан, орешки, чеснок, базилик, соль и черный перец. Постепенно влить оливковое масло и перемешать.

2 Чеснок очистить и раздавить. Сливочное масло размягчить. Швейцарский сыр натереть на терке. В миску поместить все сыры, сливочное масло, сливки, чеснок и перемешать до получения однородной массы.

3 Прямоугольную форму проложить фольгой, оставив свешивающиеся с двух сторон концы. Выложить ровным слоем половину сырной массы, смазать ее соусом песто. Сверху распределить оставшуюся сырную массу и утрамбовать. Закрыть концами пленки и поставить в холодильник на 8–10 ч.

Перед подачей можно посыпать паштет черным перцем.





террин из лосося и белой рыбы

ЧТО НУЖНО:

- **900 г** филе белой рыбы
- **250 г** слабосоленого лосося
- **150 г** шпината
- **2** яйца
- **0,5** стакана сметаны
- **1 ст. л.** каперсов
- **1 ст. л.** розового перца горошком
- **1 ст. л.** зеленого перца горошком
- **1 ст. л.** растительного масла
- соль, белый молотый перец
- горошины черного перца

Время приготовления: 30 мин. + 24 часа
Порций: 10
В 1 порции: 172,2 ккал,
белки – 24,6 г, жиры – 8,0 г, углеводы – 0,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лосось нарезать длинными тонкими ломтиками.

2 Смазать растительным маслом форму для террина объемом 1 л. Выложить ломтики лосося так, чтобы они закрывали дно и бортики формы.

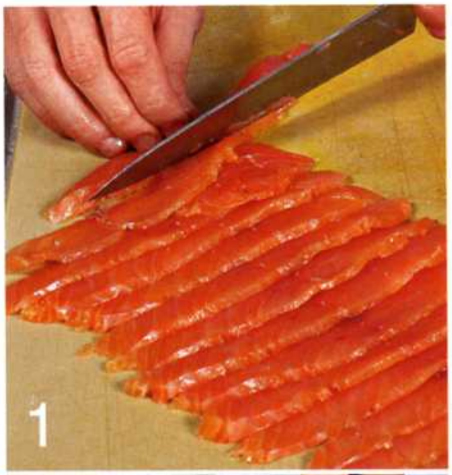
3 Отрезать два куска белой рыбы (по длине формы для террина) и отложить. Оставшуюся рыбу нарезать мелкими кусочками. Приправить солью и молотым белым перцем.

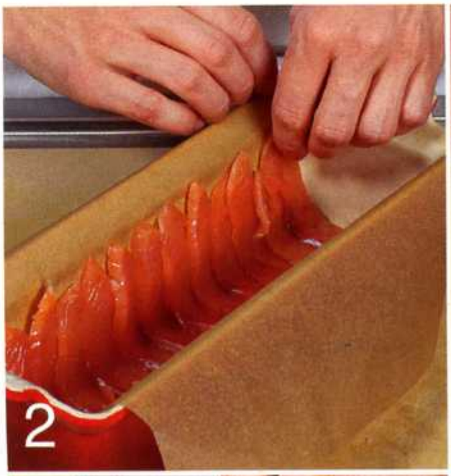
4 В большой миске взбить яйца, смешать со сметаной, каперсами, кусочками рыбы, горошинами зеленого и розового перца. Добавить соль и черный молотый перец.

5 Листья шпината промыть, обдать кипятком и завернуть в них каждый кусок отложенной белой рыбы.

6 Разогреть духовку до 200 °С. Заполнить треть формы подготовленной смесью, разровнять поверхность. Сверху положить завернутые в шпинат рыбные пластины и распределить оставшуюся смесь, разровнять. Плотно закрыть куском фольги. Поставить форму с террином в другую форму большего размера. Налить в нее кипящую воду так, чтобы она доходила до середины стенок формы с террином. Готовить в духовке 45–60 мин. Вынуть террин и остудить. Сверху на фольгу положить груз и убрать в холодильник на 24 ч. Затем снять фольгу и перевернуть террин на сервировочное блюдо.

Можно украсить горошинами перца, веточками укропа и руколой.


1


2


3


4


5

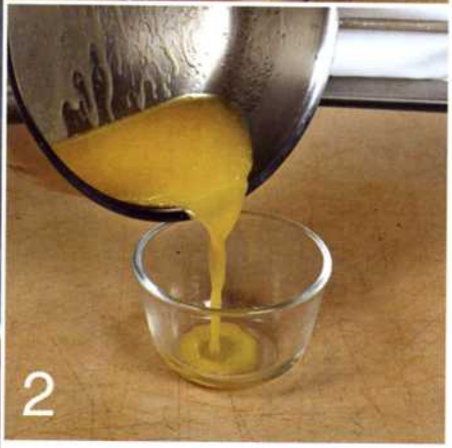

6

ирландский паштет

Время приготовления: 12 мин. + 3 часа
Порций: 4
В 1 порции: 568 ккал,
белки – 5,5 г, жиры – 59,9 г, углеводы – 1,7 г







ЧТО НУЖНО:

- **250 г** сливочного масла
- **100 г** очищенных креветок
- **2** зубчика чеснока
- **6 ст. л.** сливок жирностью 35%
- щепотка паприки
- **2 ст. л.** лимонного сока
- молотый черный перец

Для украшения:

- **12** очищенных креветок

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В кухонном комбайне взбить креветки, 200 г сливочного масла, чеснок, сливки, паприку, молотый перец и соль. Разложить по 4 формочкам.

2 Растопить оставшееся масло на очень медленном огне. Снять с огня и аккуратно перелить верхний слой масла в небольшую емкость. Разлить снятое масло по формочкам с паштетом, убрать в холодильник на 3 ч.

При подаче украсить цельными креветками. Можно добавить ломтики лимона и веточки петрушки.



паштет-крем из тунца

ЧТО НУЖНО:

- **400 г** консервированного тунца в масле
- **100 г** мягкого творожного сыра
- **1 ст. л.** натурального йогурта
- тертая цедра половины лимона
- **1 ст. л.** каперсов
- молотый черный перец

Время приготовления: 10 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 235,6 ккал,
белки – 31,6 г, жиры – 11,6 г, углеводы – 1,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Масло из консервов слить. Тунца выложить на бумажные полотенца и промокнуть лишнее масло. Разобрать рыбу на небольшие кусочки. Взбить в блендере до однородности куски рыбы, сыр, цедру и йогурт.

2 Переложить смесь в миску. Каперсы нарезать и добавить в паштет. Приправить по вкусу черным перцем.

Подать на хлебе. Можно присыпать кунжутными семенами и украсить кусочками овощей и зеленью.






СПОНСОР РЕЦЕПТА
BRAUN







паштет с грибами





ЧТО НУЖНО:

- **750 г** смеси замороженных лесных грибов
- **0,5 кг** телятины
- • ломтик сырокопченой ветчины
- **2** луковицы
- **2** яйца
- **100 г** сметаны
- **2,5 ст. л.** растительного масла
- **4** веточки петрушки
- • пучок зеленого лука
- • соль, молотый черный перец

Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 10
В 1 порции: 142,9 ккал,
белки – 13,1 г, жиры – 8,7 г, углеводы – 3,0 г



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Зелень вымыть и измельчить. Репчатый лук очистить и мелко нарезать. Телятину измельчить в чаше-измельчителе блендера **Braun**. Ветчину нарезать на небольшие кусочки.

2 Взбить с помощью блендера с насадкой-венчиком яйца со сметаной. Добавить зелень, телятину, ветчину, 1 ст. л. холодной воды, соль и перец. Перемешать и убрать в холодильник.

3 Грибы опустить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой. Варить 10–15 мин., снимая пену. Затем откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой и обсушить. Чеснок очистить и измельчить. Грибы крупно нарезать. Обжарить грибы, репчатый лук, чеснок в 2 ст. л. масла, 4–5 мин. Остудить.

4 Форму смазать оставшимся маслом и застелить фольгой. Выложить 1/3 фарша, затем – слой грибов.

5 Выложить еще 1/3 фарша, затем – оставшиеся грибы и оставшийся фарш. Накрыть пергаментом, затем фольгой.

6 Разогреть духовку до 190 °С. Поставить форму в поддон, влить горячую воду так, чтобы она доходила до середины стенок формы с паштетом. Запекать 30 мин., снять фольгу и печь еще 15 мин. Затем выключить духовку и оставить в ней паштет на 10–15 мин.

Подавать охлажденным.

КСТАТИ

С помощью насадки-венчика можно приготовить самые разные кремы и десерты, вымесить жидкое тесто, а также идеально взбить сливки и яичный белок. Каждому продукту соответствует определенный режим – можно взбивать на самой высокой скорости или плавно переключать их с 1-й до 15-й.





террин из кролика

ЧТО НУЖНО:

- **1** кролик весом 2 кг
- **200 г** телятины
- **2** яйца
- **300 г** полосок бекона
- **100 г** чернослива
- **1** луковица
- **200 мл** портвейна
- **2** веточки базилика
- **2** лавровых листа
- щепотка молотой гвоздики и мускатного ореха
- соль, перец

Время приготовления: 2 часа + 1час 20 мин.
Порций: 12
В 1 порции: 472,8 ккал,
белки – 29,3 г, жиры – 31,0 г, углеводы – 5,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Чернослив вымыть, положить в сотейник, залить портвейном, довести до кипения и варить 2–3 мин. Остудить до комнатной температуры, поместить в вакуумный контейнер **Braun**, вакуумировать и оставить мариноваться 20 мин.

2 Кролика разделать, срезать с костей мясо. Филе ножек и грудки нарезать на тонкие полоски шириной 1,5 см. Положить в вакуумный контейнер, залить портвейном, посыпать гвоздикой, мускатным орехом и вакуумировать. Затем открыть контейнер, вакуумировать еще раз и оставить на 1 ч. Лук очистить.

3 Оставшееся мясо и лук измельчить в чаше-измельчителе блендера **Braun**. Добавить соль, перец, яйца. Перемешать. Чернослив и полоски мяса обсушить.

4 Прямоугольную форму застелить пергаментом. Уложить в форму 3/4 полосок бекона. На него положить слоями приготовленный фарш, полоски мяса, чернослив. Последним должен быть слой фарша.

5 Завернуть края бекона, положить сверху лавровый лист и крупно нарезанный базилик. Накрыть беконом.

6 Террин накрыть пергаментом и крышкой и готовить в разогретой до 160 °С духовке 1 ч 30 мин. Дать остыть, затем переставить в холодильник.



КСТАТИ

В термоустойчивом контейнере вакуумной системы Braun можно готовить в духовке и в микроволновой печи. Кроме того, его можно мыть в посудомоечной машине и ставить в морозильную камеру для заморозки продуктов.





террин из баклажанов

Время приготовления: 45 мин. + 5 часов
Порций: 8
В 1 порции: 246,3 ккал,
белки – 9,1 г, жиры – 20,0 г, углеводы – 7,4 г











ЧТО НУЖНО:

2	красных сладких перца
2	баклажана
2 ст. л.	масла из виноградных косточек
1	пучок петрушки
250 г	сыра бри
Для соуса:	
3	зубчика чеснока
3	помидора
0,25	стакана оливкового масла
2 ст. л.	винного уксуса
0,25 ч. л.	соуса табаско
•	соль, перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Разогреть духовку до 180 °С. Перцы вымыть и обсушить бумажными полотенцами. Разложить на противне без масла и запекать в духовке 5 мин., пока кожица не потемнеет.
Плотно завернуть перцы в куски фольги. Оставить на 10 мин. Затем вынуть из фольги, снять кожицу. Разрезать каждый перец на 4 части, очистить от семян.

2 Баклажаны вымыть и нарезать длинными пластинами шириной 1 см. Разложить на плоском блюде в один слой, смазать каждый ломтик маслом из виноградных косточек и посыпать солью. Оставить на 10 мин. Затем разогреть большую сковороду и обжарить баклажаны, по 4 мин. с каждой стороны.

3 Петрушку вымыть. Опустить ее на 5–10 сек. в кипящую воду, затем в холодную и измельчить. Сыр нарезать тонкими ломтиками.

4 Форму для выпечки проложить фольгой, оставив свешивающиеся концы. Выложить слой баклажанов, на них – слой перцев, затем петрушку, последним выложить сыр. Повторить слои в этой же последовательности. Последним должен быть слой баклажанов. Накрыть фольгой, поставить сверху пресс и поместить в холодильник на 5–6 ч.

5 **Приготовить соус.** Чеснок очистить, помидоры вымыть. Поместить в чашу блендера **Braun** и порубить до однородной массы. Полученную массу смешать с оливковым маслом, уксусом, соусом табаско, солью и перцем.

Террин нарезать на ломтики и подать вместе с соусом.

КСТАТИ

Измельчитель с крышкой – одна из главных частей блендера. Используя различные насадки, с его помощью можно шинковать и тонко нарезать самые разные продукты. Кроме того, в измельчителе можно готовить жидкое тесто для блинов и пирогов, а также делать превосходный мясной или рыбный фарш.





паштет из утки



ЧТО НУЖНО:

- **1** утка весом 1,8 кг
- **1** утиная печенка
- **1** утиный желудок
- **250 г** свиного фарша
- **200 г** свежего свиного сала
- **400 г** консервированных вишен
- **50 г** коньяка
- **1** луковица
- **1** желток
- **1** лавровый лист
- **1** веточка тимьяна
- соль, перец

Время приготовления: 2 часа + 1 час
Порций: 12
В 1 порции: 679,3 ккал,
белки – 24,6 г, жиры – 60,7 г, углеводы – 8,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Из вишни удалить косточки. Положить ее в вакуумный контейнер **Braun** и залить коньяком. Вакуумировать и оставить мариноваться в течение часа.

2 Отделить утиное мясо от костей. Филе ножек и грудки нарезать полосками толщиной 1 см. Оставшееся мясо, печень и желудок измельчить при помощи блендера в чаше-измельчителе.

3 Лук нарезать в блендере **Braun** при помощи насадки для нарезки. Смешать свиной и утиный фарш, лук, желток, соль, перец, влить 1 ст. л. маринада.

4 Форму для запекания застелить пергаментом. Свиное сало нарезать полосками толщиной 0,5 см. Треть фарша выложить на дно формы, затем равномерно разложить половину ломтиков утки и сала, покрыть половиной отжатой вишни.

5 Снова выложить слой фарша, ломтики утки, сала и вишню. Накрыть оставшимся фаршем, сверху положить лавровый лист и веточку тимьяна. Плотно закрыть крышкой из пергамента.

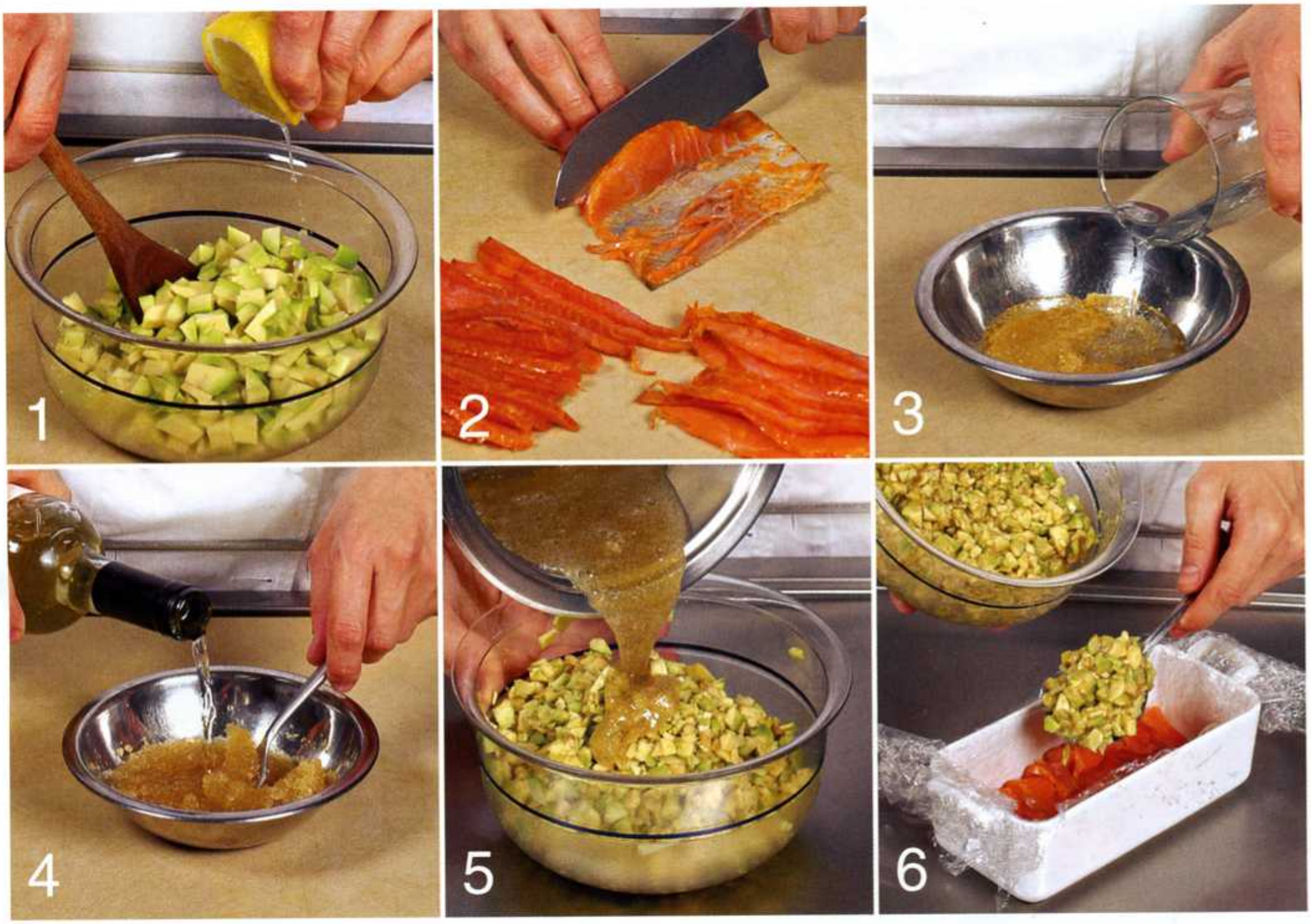
6 Разогреть духовку до 190 °С. Накрыть форму крышкой или фольгой, поместить на водяную баню и готовить в духовке 1 ч. 30 мин. За 20 мин. до готовности снять крышку. Подать паштет охлажденным.

КСТАТИ

Благодаря вакуумной системе вы можете мариновать любые продукты в несколько раз быстрее!







террин из авокадо и лосося холодного копчения

ЧТО НУЖНО:

- **2** спелых авокадо
- сок половинки лимона
- **0,5** стакана белого вина
- **1 ст. л.** желатина
- щепотка белого перца
- щепотка кайенского перца
- **250 г** лосося холодного копчения
- соль по вкусу

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 10
В 1 порции: 128,8 ккал,
белки – 6,8 г, жиры – 9,2 г, углеводы – 2,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Сделать по центру каждого авокадо продольный надрез до косточки. Повернуть половинки в разные стороны и таким образом отделить их друг от друга. Удалить косточку и очистить авокадо от кожуры. Мякоть нарезать небольшими кубиками и выложить в миску.
Выдавить сок половинки лимона в миску с авокадо и аккуратно перемешать деревянной ложкой.
Добавить немного белого перца, соли, кайенского перца и еще раз аккуратно перемешать.

2 Острым широким ножом нарезать лосося очень тонкими ломтиками.

3 Желатин залить небольшим количеством холодной кипяченой воды и дать набухнуть.

4 Добавить в набухший желатин белое вино, поставить на небольшой огонь и нагревать, не доводя до кипения, до полного растворения желатина.

5 Залить этой смесью авокадо, аккуратно перемешать.

6 Выложить на дно узкой прямоугольной формы несколько ломтиков рыбы, сверху положить часть желе с авокадо. Повторять, пока не закончится желе из авокадо. Верхний слой должен быть из рыбы. Накрыть и поставить в холодильник на несколько часов.



террин из кураги 

ЧТО НУЖНО:

- **0,5 кг** кураги
- **2 ст. л.** сахара
- **2 ч. л.** тертой апельсиновой цедры
- • сок половины апельсина
- **0,25** стакана апельсинового ликера
- **3 ст. л.** желатина
- **0,3** стакана кедровых орехов

Время приготовления: 1 час + 5 часов
Порций: 8
В 1 порции: 305,4 ккал,
белки – 10,1 г, жиры – 6,7 г, углеводы – 51,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

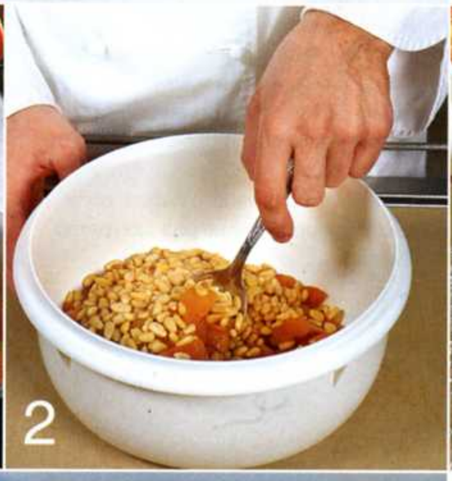
1 Курагу вымыть, разрезать пополам и положить в сотейник. Добавить сахар, цедру, апельсиновый сок, ликер и половину стакана воды. Довести, помешивая, до кипения, накрыть крышкой и готовить на слабом огне 15 мин.

2 Желатин замочить в небольшом количестве воды, затем растворить на водяной бане. Добавить в курагу, перемешать и дать остыть до комнатной температуры. Добавить орехи и еще раз перемешать.

3 Прямоугольную форму застелить пищевой пленкой, оставив свешивающиеся концы. Выложить смесь в форму, закрыть пленкой. Сверху поставить груз и убрать в холодильник на несколько часов.



1



2



3



террин из спаржи в апельсиновом соусе

ЧТО НУЖНО:

700 г спаржи
150 мл молока
150 мл сливок
80 г сливочного сыра с травами
2 яйца
3 ст. л. муки
2 ст. л. сливочного масла
2 ч. л. растительного масла
1 ст. л. нарезанного зеленого лука
2 ст. л. нарезанного укропа
- щепотка сахара
- соль, черный перец

Для апельсинового соуса:

1 ст. л. белого винного уксуса
1 ст. л. апельсинового сока
4 горошины черного перца
1 лавровый лист
2 яйца
120 г сливочного масла

Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 8
В 1 порции: 252,9 ккал,
белки – 5,7 г, жиры – 21,4 г, углеводы – 9,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Со спаржи снять тонкую кожицу, отрезать твердые кончики длиной 1 см. Вскипятить воду в кастрюле, добавить сахар и 1 ч. л. растительного масла. Связать спаржу в пучок, поместить в кастрюлю и варить 5–6 мин., до мягкости. Остудить.

2 В сотейник влить молоко и сливки, довести до кипения. В кастрюле растопить сливочное масло и постепенно всыпать муку. Готовить, постоянно помешивая, 2–3 мин., до состояния густой пасты. Снять с огня и струйкой влить молоко со сливками. Взбивать до получения однородной массы. Слегка остудить.

3 Переложить смесь в миску, добавить сливочный сыр. Посолить, поперчить.

4 Отделить желтки от белков. Желтки взбить миксером. Отдельно взбить белки в крутую пену. Сначала желтки, затем белки ввести в смесь. Добавить зеленый лук, укроп, соль и перец.

5 Разогреть духовку до 190 °С. Смазать форму объемом 1,2 л растительным маслом. Дно застелить пергаментом, оставив свешивающиеся края по бокам. Выкладывать слоями спаржу и сырную смесь. Верхний слой должен быть из спаржи. Закрыть форму краями пергамента и поставить на противень с высокими бортиками, заполнив его наполовину горячей водой. Готовить в духовке 45–55 мин.

6 **Приготовить соус.** Смешать в сотейнике уксус, апельсиновый сок, перец горошком и лавровый лист. Варить, пока объем не уменьшится наполовину. Соус слегка остудить, затем поставить на маленький огонь и влить желтки, взбить. Продолжая взбивать, добавить сливочное масло. Приправить солью и готовить, взбивая, пока соус не станет густым.

При подаче террин нарезать ломтиками и полить соусом.







